

Гимнастический практикум

Практикум для педагогов на тему: «Игровые упражнения с гимнастической палкой» был проведен 17 марта инструктором по физической культуре Татьяной Самусевой. Все участники познакомились с различными подвижными играми с гимнастической палкой в практических упражнениях.

«Гимнастическая палка при занятии физкультурой позволяет разнообразить физические упражнения. При ее использовании корректируется осанка, снижается риск развития плоскостопия и укрепляется пресс. Она помогает детям овладеть точными направлениями движений рук. Когда ребенок выполняет упражнение с гимнастической палкой, то нагрузка распределяется равномерно», - прокомментировала Татьяна Владимировна.







